صحة

مشاهدة فيلم رعب تغنيك عن نصف ساعة من المشي، من حيث حرق السعرات الحرارية.

اكتشفت دراسة جديدة أن لقاح الأنفلونزا قد يحمي القلب أيضا من الأزمات والجلطات.

الدهون المتحولة ترفع الكوليسترول «الضار» لكن ليس لها تأثير دائم على مستوى السكر في الدم.

(العرب) تشهد على أول علاج فايروسي لمرض العصر في لاتفيا

❑ **ريغا (لاتفيا)** – يدين الباحثون في علم الفايروسات الى العالمة اللاتفية الراحلة «اينا موتسينيتس» التي بدأت منذ ستينات القرن الماضي بالتخطيط لعلاج الخلايا السرطانية بفايروس يزيد مناعة الجسد ويهاجم الخلايا الخبيثة. وتواصلت البحوث بين فريق طبي من علماء لاتفيا على مدى سنوات تحت اشراف البروفسورة موتسينيتس التي شخصت ستين نوعا من الفايروسات استخلصت خمسة منها في علاج للسرطان يضاف الى العلاجي الكيميائي والجراحي.

وتفخر لاتفيا بتسجيل علاجها الفايروسي التي اطلقت عليه اسم «ريغفير» الذي يعد اول علاج فايروسي لمرض العصر، ويتميز بقدرته قتل مائة الف خلية سرطانية مقابل خلية سليمة واحدة عند حقن جسم المريض به.

وشهدت «العرب» مع عدد من المراسلين على مدار يومين في زيارات لخمسة مراكز علاجية وطبية وجامعية، والالتقاء بالاطباء والباحثين المشرفين على العلاج الفايروسي مدى التطور التي تشهده لاتفيا في استخدام هذا النوع من العلاج.

وأكدت وزيرة الصحة اللاتفية «إنغريدا سيرسن» على ان بلادها تسعى للتعاون مع المنظمات الطبية الدولية لعرض منجزها في العلاج الفيروسي.

وقالت في لقاء مع وسائل الاعلام حضرته «العرب» في العاصمة ريغا «ان المشكلة الحالية تكمن في الضرائب العالية المفروضة على تسجيل الدواء في الاتحاد الاوروبي».

وتواجه لاتفيا صعوبات لوجستية في تسجيل العلاج الفايروسي «فيروثوروبي» الاول للسرطان باسمها في الاتحاد الاوروبي بسبب الضرائب المالية المفروضة عليه، لكنها تأمل في المستقبل ان تكون مصدرا لعلاج مرض العصر بعد النتائج التي وصفت بالمذهلة التي طبقت على عدد كبير من المرضى.

وكانت لجنة طبية من المجلس العلمي لمركز السرطان السوفيتي (موسكو) قد توصلت عام 1985 بعد التجارب السريرية الواسعة النطاق الى نتائج مشجعة في استخدام فايروس RIGVIR بعلاج مرضى سرطان الجلد.

وفي عام 1987 تم القيام بالتجارب السريرية في مركز طب الأورام السوفيتي والأدوية السرطانية، بإذن من لجنة الادوية حيث تمت الموافقة على سلامة استخدام علاج RIGVIR للمرضى المصابين بسرطانات ميؤوس منها.

وفي 29 نيسان (أبريل) 2004 تم تسجيل علاج «ريغفير» في الوكالة الحكومية للأدوية في جمهورية لاتفيا. وبعدها باربع سنوات

صار الدواء متوفرا في صيدليات لاتفيا.

وتفتخر لاتفيا بالباحثة اينا موتسينيتس التي واصلت منذ عام 1972 مع نخبة من فريق مساعد لها في زمن الاتحاد السوفيتي السابق، تجاربها لايجاد علاج فايروسي وسط طوق أمني من السلطات آنذاك.

ولم تستطع موتسينيتس التي رفعت شعار «يا أطباء العالم اتحدو من أجل

لاتفيا تفتخر بتسجيل علاجها الفايروسي لمرض العصر، ويتميز بقدرته قتل مائة الف خلية سرطانية مقابل خلية سليمة واحدة عند حقن جسم المريض به.

علاج السرطان» من السفر خارج الاتحاد السوفيتي طوال حياتها بسبب الرقابة العالية عليها من قبل وكالة الاستخبارات السوفيتية «كي جي بي»، حتى انها حين تلقت دعوة من مؤتمر طبي ياباني آنذاك، رفضت السلطات سفرها تحت مسوغ الخشية عليها من الاغتيال.

وواصلت بحوثها بعد استقلال لاتفيا وتفكك جمهوريات الاتحاد السوفيتي، ودفعت ابنائها الى الطب، لحين وضعها الدواء الذي يطلق أملا لمرضى العصر بعلاج مختلف وباقل اضرار على الجسد. وتعد اينا موتسينيتس رمزا وطنيا في لاتفيا ويقوم ابنائها واحفادها اليوم بادارة مركز طبي في العاصمة (ريغا) من اجل استمرار البحوث الفايروسية لتطوير العلاج.

ونجح الاطباء في لاتفيا بتحقيق نسبة عالية في علاج مرضى سرطان الجلد والمعدة والقولون والمستقيم والبنكرياس والكلى والمثانة والبروستاتا والرئة والرحم، عبر فايروس «ريغفير» المهاجم للخلايا السرطانية بعد رفع مناعة جسم المريض.

ويتميز العلاج الذي أخذ مقطعا من اسم العاصمة اللاتفية «ريغا» مع مقطع من كلمة فايروس، بقدرته على تمييز الخلايا الخبيثة عن الخلايا السليمة، فيهاجم الاولى من دون تأثير يذكر على الثانية.

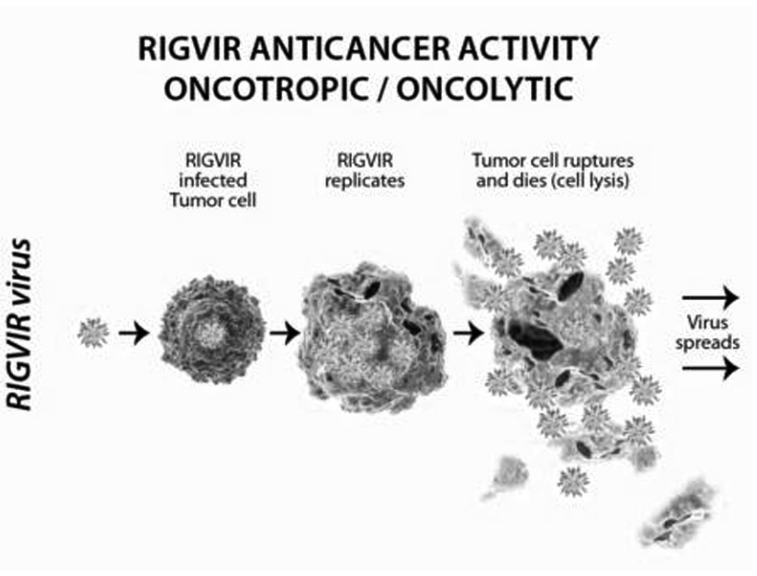
ويرتبط تأثير العلاج الفايروسي المتداول حاليا في المراكز الطبية اللاتفية، مع تفعيل الأنسجة اللمفاوية والخلايا المناعية، لزيادة الاستجابة للفيروس من أجل مهاجمة الخلايا الخبيثة.

وتأمل البلاد ان تتحول مراكزها الطبية الى وجهة للسياحة الطبية، بعد عرضها لنوعية علاج متطور يضاهي المتوافر في أكثر مراكز العالم الطبية.

وقال وزير وزير الاقتصاد اللاتفي انغريد سيرسين في اجابة على سؤال «العرب» حول السياحة العلاجية، ان بلاده تضع في أولوياتها تحقيق استراتيجية وضع لاتفيا كإحدى دول العالم المتقدمة في مجال السياحة العلاجية.

واستطات لاتفيا حديثة الاستقلال عن الاتحاد السوفيتي السابق بناء اقتصاد متصاعد على مر السنوات السابقة جعلها تنال عضوية الاتحاد الاوروبي عام 2004، وينتظر ان تستخدم العملة الاوربية الموحدة (يورو) عام 2014.

وقال رئيس وزرائها فالديس دومبروفسكيس "نخطط للانضمام إلى منطقة اليورو في بداية كانون الثاني (يناير) 2014، ووفقا لبنك لاتفيا فمنذ أيلول (سبتمبر) نفذنا تقريبا كل المعايير المطلوبة".



علاج «ريغفير» أمل طبي ينتظر انتشاره في دول العالم

باختصار

◄ مخاطر التدخين على المدخنين وأطفالهم معروفة عند الجميع ، لكن بحثا جديدا يظهر أن التعرض للنيكوتين يسبب إصابة أحفاد المدخن بالربو.
ويعد الربو مشكلة صحية كبيرة، وهو من أكثر الأمراض المزمنة شيوعا بين الأطفال.

◄ ذكرت دراسة أميركية أن القيام بتغييرات في النظام الغذائي لمدة 8 أسابيع قبل المباشرة بالحمية يساعد في الحفاظ على الوزن المفقود.
وقالت ميكايلا كيرنين، من مدرسة الطب بجامعة ستانفورد الأميركية، في دراسة نشرت في دورية «جورنال أف كونتالتينغ إند كلينيكال سايكولوجي» الطبية، إن «النساء اللواتي قمن بتغييرات بسيطة في نظامهن الغذائي على مدى 8 أسابيع قبل المباشرة الفعلية بالحمية كنّ أكثر نجاحاً في الحفاظ على الوزن الذي تخلّصن منه».

◄ بدأ علماء من مستشفى هاله الجامعي في ألمانيا الآن تطبيق فكرة لخفض خطر استيقاظ المرضى أثناء العمليات الجراحية. جرب الباحثون فكرتهم على 23 مريضا حتى الآن ونشروا نتائج الدراسة في مجلة «جورنال اوف نويروسيرجيكال أنيسيسيولوجي» المعنية بأبحاث التخدير ويعتزمون الآن بدء مشروع بحثي بهذا الشأن. طور أستاذ جراحة الأعصاب الألماني كريستيان شتراوس وأستاذ التخدير ميشائيل بوخر هذه الطريقة بالتعاون مع فريق من خمسة أطباء.
وأوضح بوخر أن «الاستيقاظ المبكر من التخدير يسبب خوفا قديما لدى الإنسان» ولكنه قال إن هذا الاستيقاظ نادر الحدوث جدا إذا نظر لجميع المرضى إجمالا وإن النسبة الإحصائية له لا تتجاوز 1 من 1400 «ولكن هناك بعض المرضى ترتفع لديهم هذه النسبة إلى 1 من كل مئة مريض أثناء جراحات معينة».

للمراسلة والتعقيب:
health@alarab.co.uk

المشروبات الغازية تزيد خطر الجلطة

كشف الباحثون أن تناول المشروبات الغازية السكرية يزيد احتمال الإصابة بالجلطات.

❑ **طوكيو** - أظهرت دراسة يابانية أن النساء اللاتي يتناولن المشروبات الغازية السكرية كل يوم تقريبا تزيد لديهن بنسبة 83 بالمئة احتمالات الإصابة بنوع معين من الجلطات أكثر من النساء اللاتي نادرا ما يتناولن تلك المشروبات.

وتتفق النتائج التي نقلتها رويترز عن الدورية الأميركية للتغذية الاكلينيكية مع عدد من الدراسات الأخرى التي تربط بين المشروبات السكرية وعدد كبير من الآثار الصحية السلبية ومن بينها النوبات القلبية والبدانة والسكري وتشجع إجراءات الحكومة مثل الحظر الذي فرضته نيويورك على المشروبات الغازية ذات الحجم الكبير.

ونظرا لتوفر المشروبات الغازية بدرجة متزايدة في اليابان خلال العقود الماضية أراد باحثون برئاسة هيروياسو ايسو بجامعة أوساكا معرفة ما إذا كان الذين يشربون الصودا يواجهون مخاطر أعلى للإصابة بأمراض القلب والجلطات أم لا.

ونقلا عن رويترز، كتب ايسو وفريقه في إشارة إلى نوع الجلطة الذي يقترن بتراكم صفائح في الشرايين «تناول المشروبات الغازية يرتبط بزيادة مخاطر الإصابة بالسكتة الدماغية بين النساء.»

وشارك نحو 40 ألف شخص في الإجابة عن أسئلة بشأن النظام الغذائي والصحي ونمط الحياة مرة في عام 1990 ومرة أخرى بين 1995 و2000 .

وقسموا إلى أربع مجموعات - الذين نادرا ما يتناولون المشروبات الغازية وأولئك الذين يتناولون كوبا أو اثنين أسبوعيا والذين يتناولون ثلاثة إلى أربعة أكواب أسبوعيا وأولئك الذين يتناولون مشروبا غازيا كل يوم تقريبا .

والمشروبات الغازية هي التي تتكون من صودا محلاة بالسكر والعصائر وليست الصودا المنخفضة السعرات الحرارية أو عصائر الفاكهة الخالصة بنسبة 100 بالمئة.

وتتبع الباحثون عدد الأشخاص الذين أصيبوا بأمراض القلب أو أصيبوا بجلطة من بداية فترة الدراسة حتى عام 2008 .

ومن بين 11800 امرأة نادرا ما يتناولن مشروبا غازيا أصيبت 205 أو 1.7 بالمئة بسكتة دماغية. ومن بين 921 امرأة يتناولن مشروبا غازيا يوميا أصيبت 28 أي 3 بالمئة بسكتة دماغية.

ولم يرصد فريق البحث صلة لدى الرجال الذين يتناولون مشروبات غازية ومخاطر الإصابة بجلطة ربما لأن الرجال الذين ظهرت عليهم أعراض أمراض القلب قللوا من تناول الصودا من تلقاء أنفسهم.

الموز يحل محل البطاطا في الدول النامية

❑ **لندن** - أفاد تقرير حديث أن تغير المناخ قد يدفع محاصيل من عائلة الموز إلى أن تصبح مصدرا غذائيا بالغ الأهمية للملايين.

وقال باحثون لدى مؤسسة «سي جي اي ايه ار» للشراكة الزراعية أن الثمار قد تحل محل البطاطا في بعض الدول النامية.

وقد يصبح نبات المنيهوت واللوبياء الظفرية غير المعروفة كثيرا من المحاصيل الغذائية المهمة التي تؤدي إلى ارتفاع درجات الحرارة.

وسوف يتعين على الناس التكيف مع القائمات الجديدة والمتنوعة للأطعمة بعد اضمحلال المحاصيل التقليدية.

واستجابة لمطلب من لجنة الأمم المتحدة المعنية بالأمن الغذائي العالمي بحثت مجموعة من الخبراء الآثار المتوقعة من تغير المناخ على 22 من المنتجات الزراعية بالغة الأهمية في العالم.

وتوقع الخبراء تراجع مرتبة أهم ثلاثة محاصيل في العالم من حيث إمداد الجسم بالسعرات الحرارية وهي الذرة والأرز والقمح في العديد من الدول النامية.

ويعتقد العلماء أن البطاطا التي تنمو على نحو أفضل في الأجواء الباردة قد تتعرض لمزيد من المعاناة بسبب ارتفاع درجات الحرارة واضطراب الأحوال المناخية. ويقول المشرفون على البحث أن هذه التغيرات «قد تتيح بداية زراعة أنواع من الموز» في المناطق المرتفعة، حتى في المناطق التي تزرع فيها البطاطا حاليا.

ويصف التقرير القمح بكونه أهم المحاصيل في العالم التي تحتوي على البروتين وأحد المصادر للسعرات الحرارية.

ووفقا لهذا البحث سيواجه القمح مستقبلا صعبا في العالم النامي، حيث دفعه ارتفاع أسعار القطن والذرة وفول الصويا إلى الأراضي الهامشية على نحو جعله أكثر عرضة للتأثر بتغير المناخ.

ويمثل أحد البدائل، لاسيما في جنوب آسيا، نبات المانيهوت المعروف بقدرته على تحمل الضغوط المناخية.

وقال بروس كامبل - مدير برنامج مجموعة بحوث تغير المناخ والزراعة والأمن الغذائي- لـ«بي بي سي» أن أنماط التغيير التي ستحدث في المستقبل قد حدثت بالفعل في الماضي.

وأضاف كامبل «أنه قبل عقدين لم يكن هناك أي استهلاك للأرز في مناطق معينة في افريقيا. وقد غير الناس رغبتهم نتيجة الأسعار ، حيث أصبح من الأيسر الحصول عليه وأسهل من حيث الطهي. وأعتقد أن هذه الأنواع من التغيرات تحدث و ستحدث في المستقبل.»

يذكر أن أحد أبرز الاهتمامات التي تساور الباحثين هو كيفية التصدي للحاجة إلى البروتين في النظام الغذائي. ويعد نبات فول الصويا أحد المصادر الأكثر شيوعا غير أنه يتأثر كثيرا بتغيرات درجات الحرارة.

وقال العلماء إن نبات اللوبياء الظفرية المعروفة في منطقة افريقيا جنوب الصحراء باسم «لحوم الفقير» من النباتات الأكثر تحملا للجفاف و التي يمكن زراعتها في أحوال مناخية دافئة، وتعد بديلا معقولا للصويا.

سيلتجئ الناس إلى زراعة الموز لأنه أكثر تكيفا مع المناخ